



Neusbloeding

Deze brochure biedt u informatie over een neusbloeding (ook bloedneus of epistaxis genoemd).

Wat is een neusbloeding?

Een neusbloeding is een vervelende aandoening. Ook al is er een geringe bloeding, toch imponeert het vaak als een enorme hoeveelheid. Het gaat meestal om een aderlijke bloeding van een klein bloedvaatje in het neusslijmvlies. Een neusbloeding is bijna altijd onschuldig en heeft nooit iets te maken met een hersenbloeding.

Bij kinderen en jonge volwassenen bloedt er meestal een vaatje vóór op het neustussenschot. Bij ouderen bloedt er ook wel eens een bloedvaatje achter/boven in de neus, zodat er vooral bloed achter in de keel loopt (en bijna niets vooruit de neus). De meeste (meer dan 75%) van de neusbloedingen ontstaan zonder duidelijke oorzaak; in 25% van de gevallen zijn er één of meerdere oorzaken aan te wijzen.

Oorzaken

De lucht die door de neus stroomt, droogt het neusslijmvlies uit en veroorzaakt irritatie, waardoor er zich korsten vormen. Als deze korsten vervolgens losraken - doordat eraan wordt gekrabbd of gepeuterd of doordat de neus hard wordt gesnoten - kan het onderliggende slijmvlies beschadigd raken en gaan bloeden.

's Winters, als er veel mensen verkouden zijn, komen neusbloedingen vaker voor. De verkoudheden veroorzaken eveneens uitdroging en ontsteking van het neusslijmvlies.

Daarnaast kunnen neusbloedingen worden veroorzaakt door bijvoorbeeld:

- een klap op de neus
- neuspeuteren
- beschadiging van het neusslijmvlies (bijvoorbeeld door medicijnen die in de neus worden geneveld)
- verhoogde bloeddruk
- het gebruik van bloedverdunders (bijvoorbeeld aspirine, Ascal, acenocoumarol plavix en persantin)
- chemische stoffen die het neusslijmvlies irriteren
- en een enkele keer door een misvorming binnen in de neus (bijvoorbeeld een gat in het neustussenschot)

Wat kunt u zelf doen?

Meestal is een neusbloeding niet erg en gaat vanzelf of met behulp van eenvoudige maatregelen over. Deze maatregelen zijn:

- Ga rustig rechtop zitten met het hoofd licht naar voren gebogen en adem rustig door uw mond.
- Snuit de neus een keer goed uit.



- Knijp daarna de neus goed dicht gedurende 10 minuten; Op de foto ziet u hoe u duim en wijsvinger aan weerszijden van de neus moet plaatsen, vlak onder de plaats waar het bovenste harde stuk overgaat in het zachte gedeelte van de neus.
- Herhaal deze procedure een tweede keer, als het niet voldoende effect geeft.
- Vaak helpt het om een gedraaid propje watten voor in de neus te doen (hierop kan ook xylometazoline worden gedruppeld; dat is Otrivin 0,1%, neusdruppels voor gebruik bij verkoudheid, verkrijgbaar zonder recept bij drogist).

Door deze handelingen ontstaat er een bloedstolsel waardoor de bloeding stopt.



Figuur 1.

Wat moet u niet doen

- Ga niet liggen (het bloed loopt dan sneller in de keel en in zittende houding is de bloeddruk in het hoofd ook het laagst).
- Raak niet in paniek, maar bewaar vooral rust en kalmte.
- Vermijdt inspanning en opwinding (dit doet namelijk de bloeddruk stijgen).

Belangrijke adviezen en gedragsregels bij een neusbloeding

De volgende adviezen en gedragsregels gelden de eerste 2-3 dagen na een spontane neusbloeding, maar ook na de behandeling van een neusbloeding door de Keel, Neus en Oor arts (KNO).

- Snuit de neus niet nadat een neusbloeding is gestopt (anders raakt het stolsel te vroeg los).
- Vermijd drukverhoging in het hoofd (niet persen (wc), tillen, bukken, enz.).
- Eet niet te heet en/of te gekruid voedsel.
- Drink geen warme of koolzuurhoudende dranken.
- Neem geen hete baden, sauna's of douches (een lauwe douche kan geen kwaad).
- Peuter niet in de neus (kinderen: eventueel 's nachts handschoenen aandoen).
- Verhoog zonodig de luchtvochtigheid in uw huis om korstvorming te voorkomen.
- Rook niet.
- Drink geen alcohol.



De behandeling van een neusbloeding door de KNO-arts

De KNO-arts zal eerst proberen het gemakkelijk bloedende, oppervlakkig liggende bloedvatje te vinden. Naar aanleiding van dit onderzoek dat pijnloos verloopt, wordt besloten hoe het bloedende vaatje het beste kan worden behandeld. Eventueel bloed wordt uit de neus gezogen, waarna het slijmvlies van de neus wordt afgeslonken en verdoofd.

De verdoving en het afslinken

De verdoving en het afslinken wordt meestal gedaan met watjes, die gedrenkt zijn in een verdovende vloeistof (lidocaïne, tetracaïne) en een slijmvliesafslinkende vloeistof (xylometazoline) of met een spray met verdoving. Er kan ook verdoofd worden met een plaatselijke injectie (A). Het inbrengen van de watjes door de kno-arts doet geen pijn, maar kan een kriebelig, vreemd gevoel en een vieze smaak geven. Al het slijmvlies dat met de verdovingsvloeistof in aanraking komt, raakt verdoofd.

Soms loopt de verdovingsvloeistof via de neus in de keel, zodat ook de keel enigszins verdoofd wordt. U kunt in dat geval echter normaal slikken en ademen; de keel voelt alleen dik aan, maar is niet werkelijk gezwollen. Vaak zijn ook de boventanden en het gehemelte een tijdje gevoelloos. Het aanbrengen van de verdoving neemt een paar seconden in beslag. Met de inwerkende verdoving neemt u meestal (indien de ernst van de bloeding dat toestaat) weer plaats in de wachtkamer. Het ademen door de neus is soms dan even niet meer mogelijk. U bent dan aangewezen op mondademhaling.

Na een inwerkperiode (10-15 min, kunnen grondige inspectie (eventueel met een dun kijkbuisje) en behandeling nu pas goed plaatsvinden. Dit kan door dicht etsen, dichtbranden of door een neustampon (tamponneren) gebeuren. De verdoving is ongeveer na één uur uitgewerkt. Tot die tijd moet u voorzichtig zijn met eten en drinken, omdat u zich gemakkelijk kunt verslikken of verbranden.

Vormen van behandeling

Dicht etsen

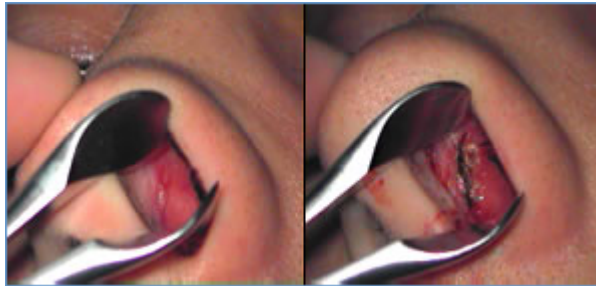
Na verdoving van het slijmvlies kunnen met behulp van een etsende vloeistof (bijvoorbeeld trichloorazijnzuur) oppervlakkig gelegen bloedvatjes vóór op het neustussenschot worden dichtgeëts. Houd het hoofd heel stil, zodat er geen zure vloeistof op verkeerde plaatsen wordt gemorst. Deze behandeling kan om deze reden ook alleen in niet bloedende omstandigheid worden uitgevoerd. U kunt na deze behandeling op eigen gelegenheid naar huis. Houdt u zich thuis aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels. Mogelijk ervaart u na enige uren een branderig/prikkelend gevoel in de neus; hiertegen kunt u paracetamol innemen.

Dicht branden

Na verdoving van het slijmvlies van de neus kan ook met behulp van een coagulatie-dichtbrandingsbuisje een enkel bloedend bloedvatje worden dichtgebrand (coaguleren). Houd het hoofd hierbij heel stil.



Het is na deze behandeling soms niet verstandig om op eigen gelegenheid naar huis te gaan, laat u dus eventueel brengen en halen. Houdt u zich thuis aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels. Mogelijk ervaart u na enige uren een branderig/prikkelend gevoel in de neus; hiertegen kunt u paracetamol innemen. Bij jonge kinderen wordt deze behandeling onder een kortdurende narcose uitgevoerd.

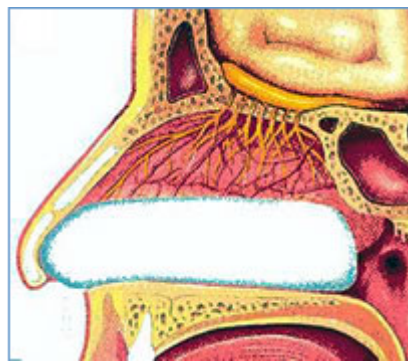


Figuur 2. Het bloedvatje op het neustussenschot voor en na het dichtbranden.

Tamponeren

Soms is het noodzakelijk om de bloeding tot staan te brengen door inbrengen van een zogenaamde neustampon, bijvoorbeeld wanneer de plaats van de bloeding niet exact is vast te stellen en dichtbranden dus niet mogelijk is. Een neustampon wordt meestal door een KNO-arts uit de neus verwijderd na 24-72 uur.

Houdt u zich thuis aan de eerder genoemde adviezen en gedragsregels. Bij een hevige bloeding, met name wanneer deze achter in de neus is gelokaliseerd, wordt soms besloten tot opname in het ziekenhuis. Er zijn verschillende soorten neustampons, zoals lange stroken vette gazen, ballontampons of zoals hier in het plaatje een zogenaamde sponstampon.



Figuur 3. Sponstampon

Zolang de neustampon in de neus zit, kunt u niet door deze neusgang ademen. De hoofdpijn, die dan vrijwel altijd snel ontstaat, kunt u bestrijden met paracetamol.

Neuszalf

Om de korstvorming (met of zonder behandeling) voorzichtig tegen te gaan en de genezing van de neus te bevorderen, krijgt u vaak van de KNO-arts voor een paar weken neuszalf voorgeschreven. Breng de zalf 2 tot 8 maal per dag aan met een wattenstokje of een pink voorzichtig voor in de neus op het neustussenschot.



Soms adviseert de KNO-arts om de neus schoon te maken en korstvorming tegen te gaan door deze te spoelen met een keukenzoutoplossing. Doe dit zonodig 2-6 maal per dag:

- Een keukenzoutoplossing in de juiste samenstelling kunt u zelf maken door een afgestreken theelepeltje keukenzout op te lossen in een bierglas (2dl) met lauw water.

Aanpassen medicijnen

- **Bloedverdunners**
Bloedverdunnende medicijnen ('aspirine'-bevattende pijnstillers, zoals aspro, sinaspril, ascal, APC) laten het bloed minder snel stollen. Een kapot bloedvatje bloedt dan langer door dan normaal. Staak zo mogelijk het gebruik van deze medicijnen in overleg met de arts die het heeft voorgeschreven. Het gebruik van paracetamol is, als pijnstiller, wel mogelijk zonder dat u daarmee de bloedstolling beïnvloedt. Moet u op advies van een dokter ascal, sintrom, sintromitis, marcoumar, plavix of persantin als bloedverdunner gebruiken, dan is uw bloedverdunding mogelijk ontregeld (doorgeschoten); laat dit dan controleren bij uw (huis)arts (cardioloog/neuroloog/etc.) die deze medicijnen voorschrijft of bij de trombosedienst.
- **Neusnevel**
Staak in overleg met uw arts (tijdelijk) de medicijnen die u in de neus moet nevelen. Door de kracht van de verneveling kan het slijmvlies beschadigen.
- **Medicijnen bij hoge bloeddruk**
Heeft u een hoge bloeddruk, laat deze dan controleren en gebruik zonodig medicijnen hiertegen.

Vragen?

Heeft u na de uitleg van uw arts en het lezen van deze brochure nog vragen? Stel ze dan gerust aan uw KNO-arts. Deze informatie vindt u ook op www.kno.nl.

Bereikbaarheid polikliniek Keel, Neus en Oorheelkunde

Gelre Apeldoorn

- maandag tot en met vrijdag, 8.30 – 16.00 uur
- tel 088 1053365

Gelre Zutphen

- maandag tot en met vrijdag, 8.00 – 16.30 uur
- tel 088 1053366

Gelre Polikliniek Lochem

- voor afspraken 088 1053366